e-ISSN: 2808-4128
p-ISSN: 2809-2783

Al-Jadwa: Jurnal Studi Islam
Vol. 03 No. 01, September 2023
https://ejournal.uiidalwa.ac.id/index.php/al-jadwa/

Penerapan Konseling Analisis Transaksional untuk Meningkatkan Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Santri

Halimatus Sa'diah[1*], Khoirul Walid Sifaul Fatih[2]
[1,2]Universitas KH. Mukhtar Syafaat Banyuwangi
[1]halimah@uimsya.ac.id, [2]walidkhoirul1@gmail.com
*Correspondence

DOI: 10.38073/aljadwa.v3i1.1290

Received: September 2023	Accepted: September 2023	Published: September 2023

Abstract

Motivation directs students to achieve learning goals at Islamic boarding schools. However, in reality, not all students have good motivation to study. The role of counseling is important in the world of education. Counseling is used as a way to increase student motivation, one of which is using a transactional approach. The aim of this research is to see the effectiveness of increasing the learning motivation of students from the As-Salam dormitory at the Darussalam Islamic Boarding School in Banyuwangi after counseling with a transactional approach. This research uses a qualitative research method with a case study type of research. The sampling technique used purposive sampling technique, with the characteristics of participants having low motivation in studying at the Islamic boarding school. There were four participants involved in this research. Data analysis uses the Miles and Huberman model starting from data reduction, data presentation, verification to drawing conclusions. The results of the research show that students are able to bring awareness to the condition of their behavior in learning and are willing to make changes in their behavior for the better, and have goals in their learning process at the Islamic boarding school

Keywords: *Counseling, Learning Motivation. Students, Transactional*

Abstrak

Kondisi mental yang baik dan motivasi yang tinggi menggerakkan santri dalam mencapai tujuan belajar di pondok pesantren. Namun dalam kenyataanya tidak semua santri memiliki motivasi belajar yang baik serta kondisi mental yang stabil. Peran konseling menjadi penting dalam dunia pendidikan. Konseling dijadikan sebagai cara untuk meningkatkan kondisi mental dan motivasi santri, salah satunya menggunakan pendekatan transaksional. Tujuan penelitian ini untuk memastikan apakah ada peningkatan kesehatan mental dan motivasi belajar santri dari asrama As-Salam Pondok Pesantren Darussalam Banyuwangi setelah dilakukan konseling dengan pendekatan transaksional. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *action research* dalam *setting* pelayanan konseling. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *purposive sampling*, dengan karakteristik partisipan memiliki motivasi rendah dalam belajar di pesantren serta ada laporan pengurus atas kondisi mental yang kurang stabil. Ada empat partisipan yang terlibat dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa santri mampu menghadirkan kesadaran kondisi perilakunya saat ini dan berkeinginan untuk melakukan perubahan perilaku kearah lebih baik, serta memiliki komitmen serta tujuan dalam proses belajarnya di pesantren.

Kata Kunci: *Konseling, Motivasi Belajar, Santri, Transaksional*

PENDAHULUAN

Indonesia memiliki banyak lembaga pendidikan pesantren yang tersebar hingga di pelosok-pelosok desa. Kehidupan pesantren khas dengan pola hidup sederhana, tercermin dari cara santri memenuhi kebutuhan sehari-hari dengan tidak berlebih-lebihan.[1] Dunia pondok pesantren erat dengan nilai-nilai kehidupan guna membangun karakter santri yang memiliki jiwa keikhlasan, jiwa kemandirian, jiwa kesederhanaan, jiwa persaudaraan, dan jiwa kebebasan guna mencapai individu yang berbudi luhur, berakhlak mulia, dan bermakna untuk kehidupan.[2]

Meskipun sebagian besar remaja berkembang menuju orang dewasa yang sehat, masa remaja memiliki kerentanan terhadap masalah kesehatan mental. Beberapa penyakit mental, diantaranya depresi, kecemasan, gangguan makan, gangguan penggunaan narkoba, hingga psikosis terjadi sebelum usia 24 tahun.[3]

Dalam proses menjalani peran sebagai santri juga diharapkan memiliki semangat belajar yang tinggi. Santri yang memiliki motivasi belajar yang tinggi memiliki kebiasaan seperti memiliki perencanan waktu dalam belajar, memiliki kebiasaan membaca dan memiliki catatan, mampu mengulang kembali pelajaran, serta mampu menyelesaikan tugas tanpa menunda-nunda.[4] Dalam Islam motivasi belajar sangat penting dan perlu diperhatikan, karena dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Melalui peningkatan ilmu, seseorang akan menjadi kuat dan bermartabat, sebagaimana sabda Rasululloh Muhammad SAW "*Kelebihan orang yang berilmu dari orang yang beribadah (yang bodoh) bagaikan kelebihan bulan pada malam purnama*".[5]

Namun dalam kenyataanya, tidak sedikit yang mengalami *ghiroh* belajar yang menurun. Berawal dari peneliti mempunyai rasa ingin tahu pada salah satu asrama putri di Pondok Pesanntren Darussalam, yang beberapa santrinya dilaporkan memiliki tingkat presensi yang rendah untuk sekolah umum dan diniyah. Asrama ini terletak 800meter ke

---

[1] Mahbib Khoiron, "Gaya hidup di pesantren," NU Online, March 28, 2023, https://www.nu.or.id/opini/gaya-hidup-di-pesantren-ONtbi.

[2] Lisda Nurul Romdoni and Elly Malihah, "Membangun Pendidikan Karakter Santri Melalui Panca Jiwa Pondok Pesantren," *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah* 5, no. 2 (December 6, 2020): 13–22, https://doi.org/10.25299/al-thariqah.2020.vol5(2).4808.

[3] Sarah-Jayne Blakemore, "Adolescence and Mental Health," *The Lancet* 393, no. 10185 (May 18, 2019): 2030–31, https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)31013-X.

[4] Muhamad Fauzi et al., "Budaya Belajar Santri Berprestasi Di Pondok Pesantren," *International Education Conference (IEC) FITK* 1, no. 1 (August 12, 2023): 140–47.

[5] Harmalis Harmalis, "Motivasi Belajar Dalam Perspektif Islam," *Indonesian Journal of Counseling and Development* 1, no. 1 (July 12, 2019): 51–61, https://doi.org/10.32939/ijcd.v1i1.377.

arah timur, dari pusat pendidikan Pondok Pesantren Darussalam, dihuni oleh 170 santriwati. Peneliti merasa ingin tahu akan bagaimana terciptanya keefektifan belajar mengajar santri dengan jumlah yang relatif lebih sedikit dan terpisah dari Gedung Pusat Darussalam.

Peneliti melakukan observasi terkait proses belajar mengajar dan aktivitas sehari-hari santri. Hasil wawancara dengan beberapa santri mengatakan bahwa mereka merasakan kenyamanan kondisi asrama yang lebih asri karena dikelilingi area persawahan. Fasilitas kamar yang masih cukup luas karena santri tergolong sedikit, serta adanya taman khusus dapat membuat mereka lebih bahagia. Namun, dengan jumlah santri yang sedikit juga menjadi kendala dalam motivasi belajar. Wawancara peneliti kepada salah satu santri yang sedang menghafal nadloman alfiyyah, menyampaikan bahwa motivasi terkuat untuk menghafal karena melihat temannya menyelesaikan hafalannya, namun jika di asrama tidak ada teman yang mampu mendorong semangatnya.[6]

Wawancara peneliti dengan pengurus asrama As-Salam menunjukkan bahwa terdapat fenomena berbeda pada generasi generasi muda saat ini,

> “*Dulu saya juga pernah tidak krasan sekitar setahunan, itu fase terberat menurut saya karena waktu itu sering sakit, takut, barang sering hilang, tapi saya bisa mengendalikan diri untuk berusaha beradaptasi. Tapi, santri sekarang sedikit problem sudah laporan ke orangtua dan minta pulang*”.[7]

Peneliti melihat dari segi usia santri, berkisar antara usia 13-17 tahun, yang merupakan fase remaja. Fase remaja merupakan usia peralihan dari fase anak-anak menuju masa dewasa, dengan adanya banyak perubahan yang terjadi baik itu perubahan fisik, kognitif, hingga sosioemosioanl. Remaja sering mengalami tekanan untuk mengikuti teman sebaya atau yang disebut konformitas (*conformity*) yang sangat kuat, baik konformitas yang positif dan negatif.[8]

Pendampingan pada remaja merupakan aspek penting dalam mencegah perilaku maladaptif remaja yang dapat dikembangkan secara sinergis oleh seluruh komponen dalam dunia pendidikan. Salah satunya, layanan bimbingan dan konseling yang dapat berperan dalam mengembangkan karakter remaja melalui berbagai kegiatan layanan pada

[6] Rina, Wawancara, Interview by Fatih (2022).
[7] Lilis Kristina, interview terkait pendapat mengenai perilaku santri, interview by Fatih, Mei 2022.
[8] Amita Diananda, “Psikologi remaja dan permasalahannya,” *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam* 1, no. 1 (January 28, 2019): 116–33, https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20.

aspek pribadi, sosial, belajar dan karir remaja.[9] Peneliti menggunakan pendekatan Analisis Transaksional sebagai upaya untuk mendampingi santri asrama As-Salam yang memiliki kondisi kesehatan mental yang kurang stabil dan motivasi rendah dalam belajarnya. Pendekatan AT dalam mencapai tujuan mengarahkan santri fokus pada situasi "*here and now*" dengan mengajarkan pemodelan perilaku yang tepat, hingga membantu santri menetapkan tujuan pribadi untuk pencapaian perkembangan yang optimal.[10] Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil dari proses konseling analisis transaksional yang diterapkan pada santri Asrama As-Salam Pondok Pesantren Darussalam Banyuwangi.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif *action research* dalam *setting* pelayanan bimbingan dan konseling Islam. Metode *action research* digunakan untuk menguji dan mengembangkan sebuah tindakan untuk diterapkan dalam sebuah komunitas untuk pelaksanaan pekerjaan yang lebih mudah, lebih cepat, dan hasilnya lebih berkualitas.[11] Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *purposive sampling*, dengan karakteristik partisipan memiliki motivasi rendah dalam belajar di pesantren. Ada empat partisipan yang terlibat dalam penelitian ini.

Model yang digunakan dalak penelitian ini dibagi empat komponen; 1) *planing*, 2) *acting*, 3) *observing*, 4) *reflecting*.[12] Fokus dalam model ini yakni mengubah perilaku orang yang terlibat dalam penelitian, bersedia belajar serta bersedia menerapkkan apa yang telah diterima untuk memecahkan permasalahan nyata.[13] Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara yang mendalam, observasi, serta dokumentasi, sehingga menghasilkan data yang lebih terpercaya.

---

[9] Berru Amalianita et al., "Peran pendidikan karakter remaja di sekolah serta implikasi terhadap layanan bimbingan dan konseling," *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 8, no. 2 (2023): 276–83.

[10] Netrawati Netrawati, Khairani Khairani, and Yeni Karneli, "Upaya guru BK untuk mengentaskan masalah-masalah perkembangan remaja dengan pendekatan konseling analisis transaksional," *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2, no. 1 (July 21, 2018): 79, https://doi.org/10.29240/jbk.v2i1.463.

[11] Sugiyono, "Metode Penelitian Tindakan (Action Research)," *Prosiding Seminar Nasional Jurusan PGSD FIP UNP Tahun 2015* 1, no. 1 (May 30, 2015), https://ejournal.unp.ac.id/index.php/prosidingpgsd/article/view/4846.

[12] Bridget Somekh, *Action Research* (McGraw-Hill Education (UK), 2005).

[13] Jean McNiff, "Action Research : All You Need to Know," 2017, 1–288.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Empat partisipan yang terlibat dalam penelitian ini merupakan hasil observasi berkala yang dilakukan peneliti sebelum melakukan pendampingan secara intensif. Empat partisipan merupakan santri memiliki kecenderungan perilaku yang mengarah pada turunnya motivasi belajar di pesantren.

Aplikasi prosedur konseling analisis transaksional membantu mengembangkan kesadaran diri santri dalam setiap aspeknya (aspek penampilan, tidakan atau perilaku, percakapan, pikiran, emosi dan sikap). Tahapan secara garis besar yang dilakukan yaitu *need assessment* terhadap gambaran kesadaran diri; analisis hasil *need assessment*; menyusun rencana operasional atau prosedur konseling analisis transaksional; menyusun satuan kegiatan yang sesuai dengan hasil *need assessment*; dan pengaplikasian dan melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan layanan konseling yang bertujuan untuk membantu santri dalam mengembangkan kesadaran diri.[14] Tahapan yang dilaksanakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. **Sesi I (*Rapport*)**

   Pada tahap ini menjadi bagian penting guna konselor menciptakan hubungan baik dengan partisipan, membangun saling kepercayaan, mendengarkan apa yang menjadi perhatian partisipan, hingga merespon isi, perasaan, dan arti dari apa yang dibicarakan partisipan. Pada tahap ini, peneliti mengawali dengan cara memberi sapaan, dan berbasa basi dengan sekedar menanyakan kesan selama belajar di pondok pesantren, hobi dan hal-hal kecil yang berhubungan dengan aktifitas sehari-hari, hal ini diharapkan bisa memberikan kesan ramah kepada setiap partisipan, sehingga partisipan merasa di sambut dengan bimbingan tanpa ada efek mengintimidasi sedikitpun, diharapkan dapat membuka fikiran partisipan, sehingga partisipan akan leluasa untuk mengutarakan apapun masalahnya.

2. **Sesi II (Identifikasi Masalah)**

   Masalah-masalah partisipan baik afeksi, kognisi, dan tingkah laku diperhatikan oleh konselor. Setelah itu keduanya, konselor dan partisipan, merumuskan dan membuat kesepakatan masalah apa yang sedang dihadapi. *Need assessment* terhadap gambaran kesadaran diri partisipan berlangsung. Masalah sebaiknya dirumuskan

[14] Mualwi Widiatmoko and Fadhila Malasari Ardini, "Pendekatan Konseling Analisis Transaksional Untuk Mengembangkan Kesadaran Diri Remaja," *MENDIDIK: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Pengajaran* 4, no. 2 (October 12, 2018): 99–108, https://doi.org/10.30653/003.201842.50.

dalam terminologi yang jelas. Jika rumusan masalahnya tidak disepakati perlu kembali ketahap pertama. Pada tahap kedua ini, peneliti merumuskan masalah bersama partisipan, peneliti mendengarkan, dan menganalisis keluhan partisipan kemudian disepakati oleh kedua belah pihak (lihat Tabel 1).

Tabel 1. Skema Permasalahan Partisipan

No	Nama Partisipan	Pokok masalah	Akar Masalah	Dampak yang di timbulkan
1	BA (13 tahun)	Tidak nyaman di pondok	Kurang disiplin dengan kebersihan dirinya dan lingkungannya.	Barang-barang sering hilang, teman-teman tidak suka dengan partisipan, partisipan tidak kerasan di pondok.
2	ST (14 tahun)	Suka membantah dengan pengurus dan malas hafalan	*Attachment* dengan orangtua yang kurang lekat sejak kecil.	Partisipan menjadi suka membantah, tidak mau mengalah, dan sering dihukum oleh pengurus
3	Vv (15 tahun)	Tidak nyaman di pondok	Tidak memiliki perlengkapan belajar seperti teman-temannya, disebabkan orang tua yang kurang mampu untuk membelikannya	Kurang percaya diri, merasa terkucilkan, ingin pulang dan membantu orang tuanya, dengan dalih supaya tidak merepotkan orang tua.
3	Dv (13 tahun)	Sering tidak mengikuti kegiatan pesantren	Suka tidur sampai larut malam, tidak bisa mengontrol waktu istirahatnya	Tidak masuk pada saat jam kegiatan, di karenakan tidur. Mengganggu aktifitas belajarnya sehari-hari

3. Sesi III (Identifikasi alternatif dan rencana tindakan)

Konselor bersama partisipan mengidentifikasi alternatif-alternatif pemecahan dari rumusan masalah yang telah disepakati. Alternatif yang diidentifikasi adalah yang sangat mungkin dilakukan, yaitu yang tepat dan realistik. Konselor dapat membantu partisipan menyusun daftar alternatif-altenatif, dan partisipan memilki kebebasan untuk memilih alternatif yang ada. Dalam hal ini konselor tidak boleh menentukan alternatif yang harus dilakukan partisipan. Pada tahap ke 3 ini, peneliti melakukan negoisasi kepada partisipan dengan cara, partisipan diajak bermusyawarah

tentang permasalahannya, bertujuan untuk mendekatkan partisipan kepada pemecahan masalahnya sendiri.

Setelah partisipan telah menetapkan pilihan dari sejumlah alternatif, selanjutnya menyusun rencana tindakan. Rencana tindakan ini menyangkut apa saja yang akan dilakukan bagaimana melakukannya, kapan dilakukan, dan sebagainya. Rencana yang baik jika realistik, bertahap, tujuan setiap tahap juga jelas dan dapat dipahami oleh partisipan.

Analisa ego state dan *life position* mulai dipelajari dan diterapkan konselor kepada para partisipan sebagai aplikasi dari penerapan teknik konseling analisis transaksional.

4. Sesi IV (Tindakan dan Komitmen)

Konselor mendorong partisipan untuk berkemauan melaksanakan rencana-rencana yang disepakati. Usaha partisipan untuk melaksanakan rencana sangat penting bagi keberhasilan konseling, karena tanpa ada tindakan nyata proses konseling tidak ada artinya. Pada tahap ini, peneliti memberikan tenggang waktu satu minggu dengan tujuan supaya partisipan segera melakukan tindakan perubahan yang telah disepakatinya.

Tabel 2. Progres Sesi IV

No	Nama Partisipan	Pokok masalah	Proses konseling sesi V
1	BA (13 tahun)	*Bullying* karena tidak bersih dan rapi akibatnya tidak nyaman di pondok dan semangat belajar menurun	Sudah mencoba untuk lebih bersih, tapi kadang lupa, butuh *partner* untuk sering mengingatkan. Presensi masuk sekolah menjadi lebih baik.
2	ST (14 tahun)	Suka membantah dengan pengurus. Semangat hafalan tidak ada.	Mulai bias berbicara halus dengan pengurus, akan tetapi emosi negatif kadangkala masih muncul. Memiliki teman yang bisa menyemangati hafalan.
3	Vv (15 tahun)	Tidak percaya diri dengan teman-teman, tidak nyaman di pondok.	Masih teringat dengan orangtua. Nasihat baik dari orangtua menjadi pegangan. Masih ada perasaan cemas

			dan *minder*, akan tetapi sudah mulai bisa mengontrol dirinya sendiri.
4	Dv (13 tahun)	Sering tidak mengikuti kegiatan, baik sekolah umum, diniyah, maupun kegiatan di asrama	Mulai mampu mengatur waktu istirahat, dan belajar untuk fokus dengan pencapaian.

5. Sesi V (Umpan Balik)

Konselor dan partisipan perlu mendapatkan umpan balik dan penilaian tentang keberhasilannya. Jika ternyata ada kegagalan maka perlu dicari apa yang menyebabkan dan partisipan harus bekerja mulai dari tahap yang mana lagi. Mungkin diperlukan rencana-rencana baru yang lebih sesuai dengan keadaan partisipan dan perubahan-perubahan yang dihadapi partisipan. Jika ini yang diperlukan maka konselor dan partisipan secara fleksibel menyusun alternatif atau rencana yang lebih tepat.

Ada berbagai latar belakang masalah pada partisipan yang mempengaruhi kesehatan mental dan motivasi belajar di pondok pesantren menjadi menurun. Hasil observasi dan wawancara dengan partisipan sebelum melakukan tindakan konseling, diketahui ada yang mengalami rendah diri karena perundungan, ada yang malas hafalan, ada yang kurang percaya diri karena factor ekonomi, dan partisipan terkahir karena kurang mampu mengatur waktu. Semua partisipan berada dalam fase perkembangan remaja. Gejolak emosi sangat lekat dalam fase ini. Masa remaja merupakan periodisasi perubahan, termasuk didalamnya terjadi perubahan fisik dan hormonal, perubahan lingkungan sosial, serta perubahan kapabilitas otak dan pikiran. Hal ini tidak memungkiri bahwa remaja berada dalam kondisi yang rentan terhadap kesehatan mental.[15]

Banyak faktor baik faktor internal dan eksternal yang dapat memberikan resiko remaja mengarah pada kenakalan remaja yang perlu diperhatikan. Faktor internal berkaitan dengan kondisi mental remaja sendiri, bersamaan dengan proses perubahan fisik, kognitif, dan sosialemosional, sedangkan faktor eksternal dipengaruhi oleh

[15] Blakemore, "Adolescence and Mental Health."

keluarga, teman sebaya, kondisi sekitar, dan komunitas lain yang lebih luas.[16] Guna menurunkan resiko tersebut, maka bimbingan dari orang tua dan juga lingkungan dapat menjadi penentu bagi perkembangan remaja.[17] Termasuk guru bimbingan dan konseling memiliki peran yang vital jika terjadi kesulitan dalam proses belajar, termasuk menjaga kesehatan peserta didik dan menstabilkan motivasi belajar. Melakukan pengawasan dan membantu penyelesaian permasalahan santri menjadi peran yang efektif dalam proses belajar santri.[18] Konseling dengan teknik analisis transaksional diyakini mampu untuk mengarahkan siswa dalam mengembangkan kesadaran diri, sehingga lebih mampu mengembangkan dirinya yang optimal.[19]

KESIMPULAN

Perubahan perilaku secara keseluruhan partisipan dalam penelitian ini telah mengalami perubahan baik setelah melalui proses konseling dengan analisis transaksional. Santri mampu memposisikan *ego state* dan *life position* secara lebih baik. Ada peran orang disekitar partisipan yang juga komitmen dalam pendampingan, serta *support* yang mampu meningkatkan perilaku partisipan menjadi lebih terarah. Saran untuk penelitian selanjutnya fokus pada pelatihan keterampilan konseling analisis transaksional untuk para pengurus pesantren, karena dalam peneltian ini peneliti tidak leluasa setiap saat melakukan observasi *full-time*, sehingga butuh bantuan pengurus yang berada satu asrama dengan partisipan.

DAFTAR PUSTAKA

Amalianita, Berru, Riana Eliza, Ryan Pratama Putra, Dinny Rahmayanty, and Utami Niki. "Peran pendidikan karakter remaja di sekolah serta implikasi terhadap layanan bimbingan dan konseling." *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)* 8, no. 2 (2023): 276–83.

Blakemore, Sarah-Jayne. "Adolescence and Mental Health." *The Lancet* 393, no. 10185 (May 18, 2019): 2030–31. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)31013-X.

Diananda, Amita. "Psikologi remaja dan permasalahannya." *ISTIGHNA: Jurnal*

[16] V Rudan, "Adolescent Development and External Influences," *Coll. Antropol.* 24, no. 2 (2000): 585–96.
[17] Fahrul Rulmuzu, "Kenakalan Remaja Dan Penanganannya," *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)* 5, no. 1 (January 15, 2021), https://doi.org/10.58258/jisip.v5i1.1727.
[18] Halimatus Sa'diyah, "Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Memahamkan Arti Penting Belajar," *Jurnal At-Taujih* 2, no. 1 (April 13, 2022): 42–54, https://doi.org/10.30739/jbkid.v2i1.1459.
[19] Widiatmoko and Ardini, "Pendekatan Konseling Analisis Transaksional Untuk Mengembangkan Kesadaran Diri Remaja."

Pendidikan dan Pemikiran Islam 1, no. 1 (January 28, 2019): 116–33. https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20.

Fauzi, Muhamad, Hasty Andriani, Romli, and Syarnubi Syarnubi. "Budaya Belajar Santri Berprestasi Di Pondok Pesantren." *International Education Conference (IEC) FITK* 1, no. 1 (August 12, 2023): 140–47.

Harmalis, Harmalis. "Motivasi Belajar Dalam Perspektif Islam." *Indonesian Journal of Counseling and Development* 1, no. 1 (July 12, 2019): 51–61. https://doi.org/10.32939/ijcd.v1i1.377.

Khoiron, Mahbib. "Gaya hidup di pesantren." NU Online, March 28, 2023. https://www.nu.or.id/opini/gaya-hidup-di-pesantren-ONtbi.

Kristina, Lilis. interview terkait pendapat mengenai perilaku santri, interview by Fatih, Mei 2022.

McNiff, Jean. "Action Research : All You Need to Know," 2017, 1–288.

Netrawati, Netrawati, Khairani Khairani, and Yeni Karneli. "Upaya guru BK untuk mengentaskan masalah-masalah perkembangan remaja dengan pendekatan konseling analisis transaksional." *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 2, no. 1 (July 21, 2018): 79. https://doi.org/10.29240/jbk.v2i1.463.

Rina. Wawancara, Interview by Fatih (2022).

Romdoni, Lisda Nurul, and Elly Malihah. "Membangun Pendidikan Karakter Santri Melalui Panca Jiwa Pondok Pesantren." *Jurnal Pendidikan Agama Islam Al-Thariqah* 5, no. 2 (December 6, 2020): 13–22. https://doi.org/10.25299/al-thariqah.2020.vol5(2).4808.

Rudan, V. "Adolescent Development and External Influences." *Coll. Antropol.* 24, no. 2 (2000): 585–96.

Rulmuzu, Fahrul. "Kenakalan Remaja Dan Penanganannya." *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)* 5, no. 1 (January 15, 2021). https://doi.org/10.58258/jisip.v5i1.1727.

Sa'diyah, Halimatus. "Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Memahamkan Arti Penting Belajar." *Jurnal At-Taujih* 2, no. 1 (April 13, 2022): 42–54. https://doi.org/10.30739/jbkid.v2i1.1459.

Somekh, Bridget. *Action Research*. McGraw-Hill Education (UK), 2005.

Sugiyono. "Metode Penelitian Tindakan (Action Research)." *Prosiding Seminar Nasional Jurusan PGSD FIP UNP Tahun 2015* 1, no. 1 (May 30, 2015). https://ejournal.unp.ac.id/index.php/prosidingpgsd/article/view/4846.

Widiatmoko, Mualwi, and Fadhila Malasari Ardini. "Pendekatan Konseling Analisis Transaksional Untuk Mengembangkan Kesadaran Diri Remaja." *MENDIDIK: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Pengajaran* 4, no. 2 (October 12, 2018): 99–108. https://doi.org/10.30653/003.201842.50.